

Триъгълникът на себеобсебването

Когато се родим, ние осъзнаваме единствено себе си, ние сме вселената. Ние не възприемаме много неща, освен своите основни нужди и ако те са задоволени, то ние сме доволни. С разширяването на нашето съзнание, ние започваме да възприемаме и света извън нас. Ние откриваме, че около нас има хора, места и неща, които задоволяват нашите потребности. На този етап ние също започваме да правим разлики и да развиваме определени предпочитания. Ние се учим да искаме и да избираме. Ние сме центъра на разрастваща се вселена и ние очакваме да ни бъдат осигурени нещата, от които се нуждаем и които искаме. Изворът на нашето задоволство като по чудо се прехвърля от удовлетворяването на нашите основни нужди към сбъдването на мечтите ни.

Повечето деца, след известен период от време, започват да разбират, че външният свят не може да осъществи всичките им желаниа и нужди. Те започват да постигат онова, което не им достига със собствени усилия. С намаляването на тяхната зависимост от хора, места и неща, те започват все повече да разчитат на себе си. Те стават самостоятелни и научават, че щастието и удовлетворението идват отвътре. Повечето продължават да съзряват; те осъзнават и приемат своите качества, недостатъци и ограничения. На определен етап, те обикновено започват да търсят помощта на Сила, по-могъща от тях самите, която може да им осигури нещата, които те не могат да осигурят сами. За повечето хора, съзряването е естествен процес.

Като зависими, обаче, ние изглежда сме се препънали по пътя. Изглежда никога не надраснахме егоизма на детето. Изглежда, ние никога не открихме начин, както дру-

гите, сами да удовлетворяваме своите потребности. Ние продължихме да зависим от света около нас и отказвахме да приемем, че няма да ни бъде дадено всичко, което искаме. Ние станахме себеобсебени; нашите желаниа и нужди станаха изисквания. Ние преминахме една граница, след която задоволството и удовлетворението станаха невъзможни. Хора, места и неща не можеха да запълнят празнината в нас и ние реагирахме с негодувание, гняв и страх.

Негодуванието, гневът и страхът създават триъгълника на себеобсебването. Всички дефекти на характера ни са форми на тези три реакции. Себеобсебването е сърцевината на нашето безумие.

Негодуванието е начинът, по който повечето от нас реагират на миналото си. Негодуванието е преживяването на минали събития отново и отново в нашите умове. Гневът е начинът, по който много от нас се справят с настоящето. Това е нашата реакция за отричане на реалността. Страхът е онова, което чувстваме, когато мислим за бъдещето. Това е нашият отговор на непознатото; фантазия, обърната наопаки. Тези три неща са проява на нашето себеобсебване. Те са начинът, по който ние реагираме, когато хора, места и неща (минало, настояще и бъдеще) не живеят според нашите изисквания.

В Анонимни Наркозависими ни бе даден нов начин на живот и нов набор от инструменти. Това бяха Дванадесетте стъпки и ние работим по тях по най-добрия начин, на който сме способни. Ако оставаме чисти и се научим да прилагаме тези принципи във всичките си дела, тогава се случват чудеса. Ние откриваме освобождаването – от наркотиците, от нашата зависимост и от нашето себеобсебване. Негодуванието се заменя с приемане, гневът се заменя с любов; а страхът – с вяра.

Ние имаме болест, която накрая ни припраща да потърсим помощ. Късметлии сме,

че ни беше даден само още един избор; един последен шанс. Ние трябва да разбием триъгълника на себеобсебването; ние трябва да съзреем или ще умрем.

Начинът, по който реагираме спрямо хора, места и неща:

Отрицателен	Положителен	
Негодувание	Минало	Приемане
Гняв	Настояще	Любов
Страх	Бъдеще	Вяра



Narcotics Anonymous®
Анонимни Наркозависими

Copyright © 2005 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Всички права запазени

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
Tel. (818) 773-9999
Fax (818) 700-0700
Website: www.na.org

World Service Office–EUROPE
48 Rue de l'Eté
B-1050 Brussels, Belgium
Tel. +32/2/646-6012
Fax +32/2/649-9239

World Service Office–CANADA
150 Britannia Rd. E. Unit 21
Mississauga, Ontario, L4Z 2A4, Canada
Tel. (905) 507-0100
Fax (905) 507-0101



Това е превод на литература одобрена
от Общността на АН.

Narcotics Anonymous,    и The NA Way
са регистрирани търговски марки на
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 1-55776-598-7

Bulgarian

3/05

WSO Catalog Item No. BG-3112

IP No. 12-BG

Триъгълникът на себеобсебването